



Brownies et sauce au caramel salé

Ingrédients

BROWNIES

- $\frac{1}{3}$ tasse (80 ml ou 60 g) de dattes dénoyautées
- $\frac{2}{3}$ tasse (160 ml) d'eau
- 3 c. à soupe (45 ml) de farine tout usage non blanchie
- 2 c. à soupe (30 ml) de cacao
- 1 c. à thé (5 ml) de poudre à pâte
- $\frac{1}{3}$ tasse (80 ml) de sucre
- 1 tasse (250 ml ou 150 g) de chocolat 70 %, haché grossièrement
- $\frac{1}{2}$ tasse (125 ml) de beurre non salé, en cubes
- 2 œufs

SAUCE AU CARAMEL SALÉ

- 1 tasse (250 ml) de sucre
- $\frac{1}{4}$ tasse (60 ml) d'eau
- 1 c. à soupe (15 ml) de sirop de maïs
- $\frac{1}{2}$ tasse (125 ml) de crème 35 %
- Une bonne pincée de sel

VOUS AUREZ BESOIN DE :

- ensemble de cuillères à mesurer
- ensemble de tasses à mesurer
- 1 tasse pour mesurer les liquides
- 1 grand bol
- 1 petit bol
- 1 casserole moyenne
- 1 casserole petite
- 1 fourchette
- 1 fouet
- 1 moule à 12 muffins
- 12 papiers à muffins (ou moules en silicone réutilisables)

Méthode

BROWNIES

- 1 Préchauffer le four à 400 °F.
- 2 Placer les papiers dans les 12 moules à muffins.
- 3 Dans une petite casserole, porter à ébullition les dattes et l'eau, puis cuire à feu moyen-doux jusqu'à ce qu'il ne reste presque plus d'eau.
- 4 Écraser les dattes avec une fourchette pour en faire une purée.
- 5 Dans un petit bol, mélanger la farine, le cacao, la poudre à pâte et le sucre et réserver.
- 6 Dans un bain-marie, faire fondre le chocolat et le beurre, puis retirer du feu.
- 7 Ajouter les dattes au chocolat et bien mélanger.
- 8 Ajouter les œufs, un à la fois, en prenant soin de bien mélanger avec un fouet.
- 9 Ajouter les ingrédients secs et mélanger juste assez pour que la pâte soit homogène.
- 10 Répartir dans les 12 moules et cuire au four pendant 15 minutes. Laisser refroidir.

SAUCE AU CAMEL SALÉ

- 11 Dans une casserole moyenne, SANS MÉLANGER, combiner le sucre, l'eau et le sirop de maïs.
- 12 Porter à ébullition à feu moyen et cuire jusqu'à ce que le sucre prenne une couleur dorée, toujours SANS MÉLANGER.
- 13 Retirer du feu et ajouter graduellement la crème ; ATTENTION aux éclaboussures.
- 14 Remettre sur le rond à feu élevé, ajouter le sel et mélanger pour que le caramel soit homogène.
- 15 ATTENTION : le caramel sera TRÈS CHAUD. Verser sur les brownies avant de servir.

**Le caramel épaisit en refroidissant.*



ASTUCE DE LA NUTRITIONNISTE : pour un dessert tout à fait décadent, servir avec un mélange de fruits rouges comme des cerises, des fraises ou des framboises !